

Психологическое благополучие студентов, проживающих в общежитии

В. В. Хороших¹, О. М. Андреева²

¹ Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, 191186, Россия, Санкт-Петербург, наб. реки Мойки, 48

² Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, 194021, Россия, Санкт-Петербург, ул. Политехническая, 19

Сведения об авторах:

Хороших Валерия Викторовна

e-mail: VKhoroshikh@gmail.com

Researcher ID: D-9861-2017

ORCID: 0000-0001-7116-0042

SPIN-код РИНЦ: 8161-9550

Андреева Ольга Михайловна

e-mail: kkiissaa97@mail.ru

© Авторы (2019).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Поступление в вуз сопряжено с изменением принципов организации учебного процесса, увеличением информационных нагрузок и доли самостоятельной работы в освоении учебного материала, включением в динамические процессы формирования новой группы. Для некоторых студентов кардинальным образом изменяются условия их проживания, когда вместо привычных условий родительского дома студент оказывается в условиях общежития, что может способствовать усилению эмоциональной напряженности, нарастанию переживания психологического неблагополучия. Все сказанное определяет актуальность исследования психологического благополучия студентов, проживающих в общежитии.

В статье представлены результаты исследования психологического благополучия и определяющих его факторов у студентов технических вузов. Выборка

студентов была поделена на три группы в зависимости от условий проживания: группа студентов, проживающих в общежитии (30 человек); группа студентов, проживающих совместно с родителями (20 человек); группа студентов, проживающих отдельно от родителей в съемной квартире (21 человек). Характеристики и уровень психологического благополучия изучались при помощи методики К. Рифф «Шкала психологического благополучия» в адаптации Т. Д. Шевеленковой и П. П. Фесенко. Коммуникативные особенности личности и уровень интернальности изучались при помощи «Опросника межличностных отношений» В. Шутца в адаптации А. А. Руковишника и опросника субъективного контроля (УСК) Дж. Роттера в адаптации Е. Ф. Бажина, С. А. Голькиной, А. М. Эткинды. Для изучения отношения студентов к ситуации проживания в общежитии была разработана анкета.

Установлено, что студенты, проживающие в общежитии, чувствуют себя наименее благополучно (в сравнении со студентами других групп исследования) с психологической точки зрения. Для них характерна более высокая зависимость от мнения окружающих, ощущение стагнации в собственном развитии, меньшая открытость новому опыту, сложности с целеполаганием. В то же время у них выше выражена потребность в установлении межличностных отношений, аффилиации, готовность к принятию чужого мнения.

Результаты корреляционного анализа позволяют уточнить основные механизмы формирования психологического благополучия студентов, проживающих в разных условиях.

Основными факторами психологического благополучия личности студентов, проживающих в общежитии, являются: «Направленность на межличностное общение», «Чувство личностной компетентности», «Экстернальность в области достижений как способ поддержания самоуважения», «Интернальность в межличностных отношениях», «Готовность к изменению моделей межличностного общения».

Ключевые слова: психологическое благополучие, студенты, общежитие, коммуникативные потребности, locus контроля.

The psychological well-being of students living in dormitory housing

V. V. Khoroshikh¹, O. M. Andreeva²

¹ Herzen State Pedagogical University of Russia,
48 Moika River Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

² Peter the Great St Petersburg Polytechnic University,
19 Polytechnicheskaya Str., Saint Petersburg 195251, Russia

Authors:

Khoroshikh Valery V.

e-mail: VKhoroshikh@gmail.com

Researcher ID: D-9861-2017

ORCID: 0000-0001-7116-0042

SPIN: 8161-9550

Andreeva Olga M.

e-mail: kkiissaa97@mail.ru

Copyright:

© The Authors (2019).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. Admission to university is accompanied by a change in the principles of the organization of the educational process, an increase in information load and inclusion in a new group. For some students, the conditions of their living change radically when, instead of the usual conditions of their parental home, the student finds themselves in a dormitory, a fact which can contribute to increased emotional tension and psychological distress. For this reason the psychological well-being of students living in a dormitory is worthy of examination.

The paper presents the results of a study of psychological well-being and its determining factors among students of technical universities. The sample of students was divided into three groups depending on their living conditions: students living in a dormitory ($n=30$); students living with their parents ($n=20$); students living separately from their parents in a rented apartment ($n=21$).

The characteristics and level of psychological well-being were studied using the C. Riff methodology as adapted by T. D. Shevelenkova and P. P. Fesenko. The communicative characteristics of the personality and the level of internality were studied using V. Schutz's "Questionnaire of Interpersonal Relationships" as adapted by A.A. Rukovishnikov and the subjective control questionnaire (USK) of J. Rotter as adapted by E. F. Bazhin, S. A. Golykin and A. M. Etkind. To study the attitude of students to the situation of living in a dormitory, a questionnaire was developed.

It was found that, in comparison to the other groups, students living in a dormitory feel the least well from a psychological point of view. They are characterized by higher dependence on the opinions of others, a sense of stagnation in their own development, less openness to new experiences, and difficulties in setting goals. At the same time, they register a greater need of interpersonal relations and affiliation.

The results of the correlation analysis allow us to clarify the basic mechanisms of the formation of psychological well-being of students living under different conditions.

The main factors of psychological well-being of students living in a dormitory are: "Focus on interpersonal communication", "Feeling of personal competence", "Externalism in the field of achievements as a way to maintain self-esteem", "Internality in interpersonal relationships", and "Communicative flexibility".

Keywords: psychological well-being, students, dormitory, communication needs, locus of control.

Введение

Вопросы психологического здоровья и психологического благополучия приобрели особую актуальность в конце XX века

на фоне роста экологической, политической, экономической и социальной напряженности в мире. Большинство современных исследователей психологическое благополучие рассматривается как важное

условие сохранения высокой продуктивности и конструктивного развития человека. Субъективное благополучие выступает в качестве индикатора и целевого ориентира при планировании программ социально-экономического развития ряда европейских государств, прежде всего в сфере здравоохранения (Измерение показателей 2013).

Анализируя историю изучения проблемы позитивного функционирования личности, Е. Б. Лактионова и М. Г. Матюшина выделяют категорию «счастья» в качестве отправной точки в разработке данной проблематики и характеризуют основной вектор развития данной тематики через увеличение числа содержательных компонентов основных конструктов и их терминологическую дифференциацию (Лактионова, Матюшина 2018).

В ряде работ отмечена тенденция определения содержания конструкта «психологическое благополучие» через противопоставление с психологическим неблагополучием личности и выделение отдельных параметров психологического неблагополучия, в числе которых, например, обозначены: степень личностной дезинтеграции, степень расогласованности Я-концепции, неспособность решать актуальные жизненные проблемы и проч. (Андронникова, Ветерок 2016; Гришина 2016).

В трактовке содержания понятия психологического благополучия принято выделять два основных подхода: гедонистический и эвдемонический (Бонивелл 2002; Трошихина, Манукян 2017 и др.).

С позиций гедонистического подхода субъективная удовлетворенность жизнью, представляющая собой результат оценки происходящих в жизни индивида событий, рассматривается в качестве основы психологического благополучия и выступает в качестве его когнитивного компонента (Н. Брэдберн, Э. Динер, и др.). Актуализация позитивного аффекта и отсутствие негативного аффекта выступают в качестве «...динамических и эмоциональных

составляющих субъективного благополучия» (Трошихина, Манукян 2017, 212).

Эвдемонистический подход, представленный в работах А. Вотермена, А. Кроника, К. Рифф рассматривает психологическое благополучие как результат саморегуляции человеком своей мотивации к миру, выработки индивидуального стиля жизни как результата ее представлений о способах достижения счастья. В рамках данного подхода личностный рост, совокупность личностных ресурсов, открытость миру, готовность к решению и преодолению жизненных проблем представляют собой важные аспекты психологического благополучия. К. Рифф определяет психологическое благополучие как субъективное восприятие и оценку человеком своей жизненной активности с позиции реализации своих возможностей, своего потенциала в отношении с окружающей средой.

В обзоре отечественных исследований, проведенном Панюковой Ю. Г., Паниной Е. Н. и Болаевой Г. Б., показано, что в фокусе внимания российских исследователей находятся такие аспекты психологического благополучия как: проблема операционализации самого конструкта «психологическое благополучие»; личностные детерминанты психологического благополучия; влияние среды на психологическое благополучие личности; возрастные и этнопсихологические особенности психологического благополучия личности (Панюкова, Панина, Болаева 2017).

Изучению психологического благополучия студентов посвящен целый ряд отечественных и зарубежных работ. Студенческая молодежь представляет собой социальную группу, находящуюся в процессе активного освоения профессиональной деятельности, переживающую период становления психосоциальной зрелости. Поступление в высшее учебное заведение сопряжено с необходимостью перестройки привычного ритма обучения, изменением социального окружения, социально-экономических условий жизни, необходимо-

стью принятия ответственности за конечный результат обучения, осваиваемые профессиональные компетенции, что может актуализировать чувство субъективного дискомфорта, неблагополучия. Сказанное в значительной степени определяет актуальность изучения психологического благополучия студенческой молодежи.

В работе Идобаевой О. А. недостаточная сформированность основных новообразований юношеского возраста рассматривается в качестве основного фактора повышения риска психологического неблагополучия студенческой молодежи (Идобаева 2013). Григоренко Е. Ю. выявлены различия в уровне значения отдельных параметров психологического благополучия между юношами и девушками, а также более высокий уровень психологического благополучия у студентов 2 курса, что объясняется адаптацией к условиям обучения (Григоренко 2009). В работе Сачковой М. Е. и Тимошиной И. Н. изучена роль психологического благополучия личности в социальных представлениях студенческой молодежи (Сачкова, Тимошина 2016). Siddiqui S. выявлено влияние самоэффективности на психологическое благополучие старшекурсников (Siddiqui 2015). Турецкие исследователи изучали влияние стиля жизни студентов, который оценивался по таким параметрам как контроль, перфекционизм, самооценка, ожидания, потребность в удовольствии, на их психологическое благополучие (Ozpolat, Isgor, Sezer 2012).

Ситуация проживания в общежитии рассматривается в качестве дополнительного стрессогенного фактора, создающего угрозу психологическому благополучию и психологической безопасности молодых людей (Баева 2015; Григоренко 2009; Fee 2009). Исследования студенчества, проживающего в общежитии, крайне малочисленны и в основном сосредоточены на вопросах социально-психологической адаптации к условиям проживания в общежитии. Баевой И. А. установлен более высокий уровень проблемной нагруженности в

бытовой и в межличностной сферах у студентов, проживающих в общежитии (Баева 2015). Мещеряковой И. А. и Погодиной Е. Н. конфликты в студенческом общежитии рассматриваются в качестве важного индикатора успешности адаптации (Мещерякова, Погодина 2010).

В целом можно отметить, что большинство исследований, проведенных на студенческих выборках, ориентированы на изучение личностных и социально-демографических факторов психологического благополучия студенческой молодежи. Таким образом, изучение роли и влияния условий проживания на психологическое благополучие личности студентов представляется актуальным направлением исследований.

Материалы и методы

В исследовании психологического благополучия студентов в зависимости от их условий проживания приняли участие студенты технических вузов Санкт-Петербурга в возрасте от 18 до 25 лет. Выборка была разделена на 3 группы, в зависимости от условий проживания: 30 человек, проживающих в общежитии (из них 12 мужчин и 18 женщин), 21 человек – студенты, проживающие отдельно от родителей на снимаемой или своей жилплощади (из них 11 мужчин и 10 женщин) и 20 студентов, проживающих совместно с родителями (из них 9 мужчин и 11 женщин). Всего в исследовании участвовали 71 человек. Для определения характеристик и уровня психологического благополучия был использован опросник К. Рифф «Шкала психологического благополучия» в адаптации Т. Д. Шевеленковой и П. П. Фесенко. Для изучения особенностей отношения к ситуации и условиям проживания в общежитии была разработана анкета. Участникам исследования предлагалось оценить степень остроты возможных проблем, сопряженных с проживанием в общежитии, а также возможные преимущества, связанные с проживанием в общежитии по шкале от 1 до 7 (где 1 балл означал низкую зна-

чимостью, а 7 баллов высокий уровень значимости предложенных для оценки факторов). С целью выявления личностных ресурсов и факторов психологического благополучия студентов были использованы: «Опросник межличностных отношений» В. Шутца в адаптации А. А. Руковишникова и опросник уровня субъективного контроля (УСК) Дж. Роттера в адаптации Е. Ф. Бажина, С. А. Голыкина и А. М. Эткинда.

Результаты и их обсуждение

В ходе анализа полученных данных было установлено, что 63 % студентов, проживающих в общежитии, имеют низкий уровень психологического благополучия, средние значения психологического благополучия отмечены у 37 % студентов этой группы. В то же время в выборке студентов, проживающих совместно с родителями, у 75 % отмечен средний уровень, а у 25 % низкий уровень психологического благополучия. У 29 % студентов, проживающих отдельно от родителей в съемной или собственной квартире, отмечен высо-

кий уровень психологического благополучия. 28 % студентов этой выборки имеют средний, а 43 % низкий уровень психологического благополучия. Таким образом, можно отметить, что возможность самостоятельного проживания в комфортных бытовых условиях выступает в качестве одного из важных факторов психологического благополучия студенческой молодежи, что с одной стороны можно объяснить потребностями юношеского возраста в автономии, самостоятельности, а с другой – значением материально-бытовых условий для эффективного отдыха и решения учебных задач.

Последнее предположение согласуется с результатами анкетного опроса, позволяющего уточнить представления об основных недостатках и преимуществах проживания в общежитии. Студенты, проживающие в условиях общежития, выделяют материально-бытовые проблемы в качестве наиболее существенных недостатков проживания в общежитии (сложности с приготовлением пищи, отсутствие необходимой мебели, бытовых приборов и т.д.) (таблица 1).

Таблица 1. Среднегрупповые оценки показателей, уровень значимости различий показателей, раскрывающих представления о недостатках проживания в общежитии у студентов, проживающих в разных условиях

Шкалы	Средние значения			Н Крускалла-Уоллиса	Уровень значимости
	В квартире	С родителями	В общежитии		
Сложности приготовления пищи	2,4	4,5	4	22,132	0,001
Проблемы водоснабжением	3	5	3,1	17,170	0,001
Шум	4,1	5,5	3,6	14,771	0,001
Соседи	5,1	5,5	3,5	15,753	0,001
Отсутствие уюта	3,8	6,3	3,7	27,763	0,001
Старая мебель	2,6	5,5	3,6	29,463	0,001
Дефицит мебели и бытовой техники	3,5	5,5	3,9	17,593	0,001
Тоска по дому	3,3	5	3,5	14,395	0,001
Межличностные конфликты	3,4	4,5	2,4	28,422	0,001

На втором месте по значимости для респондентов данной группы выступают социально-психологические факторы (необ-

ходимость подстраиваться, приспособляться к соседям по комнате, тоска по дому).

С помощью критерия Крускала-Уоллиса были определены достоверно значимые различия в оценке основных материально-бытовых, межличностных и прочих факторов проживания в общежитии с точки зрения их проблемной нагруженности и преимуществ между студентами сравниваемых групп. В целом, можно отметить, что студенты, проживающие сов-

местно с родителями, оценивают ситуацию проживания в общежитии как наиболее дискомфортную как с точки зрения материально-бытовых условий, так и с точки зрения межличностных взаимодействий.

В таблице 2 приведены результаты опроса студентов сравниваемых групп, позволяющего охарактеризовать представления студентов о возможных преимуществах проживания в общежитии.

Таблица 2. Среднегрупповые оценки, уровень значимости различий показателей, отражающих представление о преимуществах проживания в общежитии у студентов, проживающих в разных условиях

Шкалы	Средние значения			Н Крускала-Уоллиса	Уровень значимости
	В квартире	С родителями	В общежитии		
Времяпрепровождение	2,8	4,3	5,8	31,910	0,001
Удобно добираться	4,2	5,3	6,1	12,482	0,01
Экономия	3,6	4,3	5,6	14,785	0,001
Домашняя работа	2,4	3,5	5,6	25,124	0,001

Можно отметить, что студенты, проживающие в общежитии, значимо выше оценивают преимущества, связанные с проживанием в общежитии, особо выделяя отсутствие проблем с транспортом, возможность веселого времяпрепровождения, простоту и удобство выполнения домашних заданий и самостоятельной работы. Данный результат с одной стороны может быть обусловлен адаптацией к условиям

проживания в общежитии, а с другой может объясняться актуализацией психологических защит по типу рационализации.

В таблице 3 приведены среднегрупповые значения показателей, по которым установлены достоверные различия по критерию Крускала-Уоллиса по методике К. Рифф, опроснику межличностных отношений В. Шутца и опроснику УСК.

Таблица 3. Среднегрупповые оценки, уровень значимости различий показателей психологического благополучия, интернальности и коммуникативных особенностей личности у студентов, проживающих в разных условиях

Показатели	Средние значения			Н Крускала-Уоллиса	Уровень значимости
	В квартире	С родителями	В общежитии		
Автономия	55,9	57,5	49	28,101	0,001
Личностный рост	64,7	66,3	58,8	14,336	0,001
Цели в жизни	62,8	63,5	55,7	8,802	0,01
Психологическое благополучие	350	351,7	324,6	6,602	0,05
Осмысленность жизни	97,3	93,3	85	10,444	0,01
Человек как открытая система	62,8	58,3	55,8	9,059	0,01
Включение выраженное поведение	3,33	4,5	4,2	6,109	0,05
Контроль требуемое поведение	4,05	2	5,5	35,156	0,001
Включение требуемое поведение	2,9	4,5	4,6	6,277	0,05
Интернальность в производственных отношениях	4,3	4,3	4,2	6,292	0,05

У студентов, проживающих в условиях общежития, достоверно ниже значения по

отдельным компонентам психологического благополучия, что свидетельствует о склонности студентов этой группы к

проявлению конформности, зависимости от мнения окружающих, наличию затруднений в нахождении целей и смысла жизни, недостаточной интегрированности отдельных аспектов жизненного опыта, склонности к скуке и апатии. Для студентов данной группы крайне важно быть интегрированным в общество, они ориентированы на межличностное общение, готовы подстроиться под чужое мнение, согласиться и поддержать выдвигаемое окружающими решение проблемы или идею, что, очевидно, важно при адаптации к проживанию с соседями по комнате.

Студенты, проживающие отдельно и самостоятельно от родителей, отличаются достоверно более высоким уровнем осмысленности жизни, целеустремленностью, что играет важную роль в общем уровне психологического благополучия. Так же они ориентированы на менее интенсивное общение с окружающими.

Студенты, проживающие с родителями, демонстрируют наиболее выраженную потребность в снижении контроля со стороны окружающих в межличностном общении, в большей степени ориентированы на собственное развитие, самосовершенствование.

Результаты корреляционного анализа позволили выявить особенности взаимосвязей показателя психологического благополучия с показателями, раскрывающими личностные особенности респондентов, и уточнить основные механизмы формирования и поддержания психологического благополучия у студентов сравниваемых групп.

Так, в группе студентов, проживающих в общежитии, общий уровень психологического благополучия опосредован выраженностью потребности в контроле при формировании и сохранении межличностных отношений и уровнем интернальности (в области неудач, здоровья, межличностных и производственных отношений). Все взаимосвязи имеют отрицательный характер, то есть чем ниже готовность брать на себя ответственность в сфере

межличностных, производственных отношений, в сфере здоровья, чем менее выражена потребность создавать и поддерживать отношения с опорой на контроль и силу, тем выше выражено психологическое благополучие у студентов этой группы.

В группе студентов, проживающих с родителями, общий уровень психологического благополучия опосредован интернальностью в производственных отношениях ($r=0,78$) и потребностью во внешнем контроле ($r=0,89$). По всей вероятности, внешний контроль воспринимается как проявление заботы, поддержки, что крайне важно для ощущения психологического благополучия респондентов данной группы.

У студентов, проживающих самостоятельно в комфортных бытовых условиях, общий уровень психологического благополучия взаимосвязан с коммуникативными потребностями включения ($r=0,58$) и контроля ($r=0,69$), отражающими стремление создавать удовлетворительные отношения с людьми и оказывать на них влияние, уровнем интернальности в области межличностных ($r=-0,34$) и семейных отношений ($r=-0,43$), в области неудач ($r=-0,47$). То есть важным ресурсом психологического благополучия для студентов данной группы выступает наличие интереса к другим людям и других людей к себе, стремление оказывать влияние на других людей, экстернальность в области межличностных отношений и области неудач.

С целью уточнения основных ресурсов психологического благополучия студентов, проживающих в общежитии, был проведен факторный анализ по методу главных компонент.

В результате были выявлены следующие факторы психологического благополучия студентов, проживающих в общежитии: «Направленность на межличностное общение», «Чувство личностной компетентности», «Экстернальность в области достижений как способ поддержания са-

моуважения», «Интернальность в межличностных отношениях», «Готовность к изменению моделей межличностного общения».

Выводы

Проведенное исследование позволяет выделить условия проживания (включая комфортные материально-бытовые условия и автономию от родителей) в качестве важного фактора, опосредующего уровень психологического благополучия студентов.

Студенты, проживающие в общежитии, чувствуют себя наименее благополучно (в сравнении со студентами других групп исследования) с психологической точки зрения. Для них характерна более высокая зависимость от мнения окружающих, ощущение стагнации в собственном развитии,

меньшая открытость новому опыту, сложности с целеполаганием. В то же время у них выше выражена потребность в установлении межличностных отношений, аффилиации, готовность к принятию чужого мнения.

Таким образом, в качестве основных ресурсов повышения психологического благополучия для студентов данной группы можно выделить: включенность в межличностное общение, взаимодействие со студентами старших курсов и одногруппниками, гибкость в межличностных отношениях, усиление чувства собственной компетентности за счет работы с целеполаганием, определением жизненных перспектив, синтезом имеющегося жизненного опыта.

Литература

- Андронникова, О. О., Ветерок, Е. В. (2016) Психологическое благополучие и здоровье как актуальная потребность современного человека в рамках девиктимизации. *Вестник Кемеровского государственного университета*, № 1, с. 72–76. DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2016-1-72-76>
- Баева, И.А. (2015) Психологическая безопасность студентов, проживающих в общежитии: проблемы и ресурсы. *Известия РГПУ им. А.И. Герцена*, № 174, с. 36–42.
- Бонивелл, И. (2002) *Ключи к благополучию: Что может позитивная психология*. М.: Время, 192 с.
- Григоренко, Е. Ю. (2009) Психологическое благополучие студентов и определяющие его факторы. *Проблемы развития территории*. Вып. 2 (48), с. 98–105.
- Гришина, Н. В. (2016) Психологическое благополучие в экзистенциальном понимании: эмпирические области. *Психологические исследования*, том 9, № 48, с. 10. [Электронный ресурс]. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения 29.07.2017).
- Идобаева, О. А. (2013) *Психолого-педагогическая модель формирования психологического благополучия личности*. Автореф. дис. ... докт. психол. н. М., 51 с.
- Измерение показателей и постановка целевых ориентиров в области благополучия: Инициатива Европейского регионального бюро ВОЗ* (2013). [Электронный ресурс]. http://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0004/195511/e96732r.pdf (дата обращения 23.08.2019).
- Лактионова, Е. Б., Матюшина, М. Г. (2018) Теоретический анализ подходов к исследованию проблемы позитивного функционирования личности: счастье, психологическое благополучие, субъективное благополучие. *Известия Иркутского государственного университета. Серия «Психология»*, том 26, с. 77–88. DOI: <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2018.26.77>
- Мещерякова, И. А., Погодина, Е. Н. (2010) Опыт психологического анализа конфликтов в студенческом общежитии. *Культурно-историческая психология*, № 3, с. 29–38.
- Панюкова, Ю. Г., Панина, Е. Н., Болаева, Г. Б. (2017) Проблемы и перспективы исследования феномена благополучия в Российской психологии. *Общество: социология, психология, педагогика*, № 12, с. 58–62. DOI: <https://doi.org/10.24158/spp.2017.12.12>

- Сачкова, М. Е., Тимошина, И. Н. (2016) Психологическое благополучие в контексте представлений студентов о высоком социальном статусе. *Вестник РУДН. Серия Психология и педагогика*, № 4, с. 80–87.
- Трошихина, Е. Г., Манукян, В. Р. (2017) Тревожность и устойчивые эмоциональные состояния в структуре психоэмоционального благополучия. *Вестник СПбГУ. Психология и педагогика*, том 7, вып. 3, с. 211–223.
- Fee, S. (2009) *My Roommate Is Driving Me Crazy! Surviving a College Roommate Who Is Driving You Up the Dorm Wall*. Bothell: Book Publishers Network, 226 p.
- Ozpolat, A. R., Isgor, I. S., Sezer, F. (2012) Investigating psychological well-being of university students according to lifestyles. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 47, pp. 256–262. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.648>
- Siddiqui, S. (2015) Impact of Self-Efficacy on Psychological Well-Being among Undergraduate Students. *The International Journal of Indian Psychology*, vol. 2 (3), pp. 6–17.

References

- Andronnikova, O. O., Veterok, E. V. (2016) Psikhologicheskoe blagopoluchie i zdorov'e kak aktual'naya potrebnost' sovremennogo cheloveka v ramkakh deviktimizatsii [Psychological well-being and health as the actual needs of modern people in the context of reduction of victimization]. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta [Bulletin of Kemerovo State University]*, vol. 1, pp. 72–76. DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2016-1-72-76> (In Russian)
- Baeva, I. A. (2015) Psychological safety of students living in the hostel: problems and resources [Psikhologicheskaya bezopasnost' studentov, prozhivayushchikh v obshchezhitii: problemy i resursy]. *Izvestiya RGPU im. A.I. Gertsena Izvestia: [Herzen University Journal of Humanities & Sciences]*, vol. 174, pp. 36–42. (In Russian)
- Bonivell, I. (2002) *Keys to well-being: What can positive psychology do [Klyuchi k blagopoluchiyu: Chto mozhet pozitivnaya psikhologiya]*. М.: Vremya, 192 p. (In Russian)
- Fee, S. (2009) *My Roommate Is Driving Me Crazy! Surviving a College Roommate Who Is Driving You Up the Dorm Wall*. Bothell: Book Publishers Network, 226 p. (In English)
- Grigorenko, E. Yu. (2009) Psikhologicheskoe blagopoluchie studentov i opredelyayushchie ego factory [Psychological well-being of students and factors determining it]. *Problemy razvitiya territorii [Problems of development of the territory]*, vol. 2 (48), pp. 98–105. (In Russian)
- Grishina, N. V. (2016) Psikhologicheskoe blagopoluchie v ekzistentsial'nom ponimanii: empiricheskie oblasti [Psychological well-being in an existential sense: empirical areas]. *Psikhologicheskie issledovaniya [Psychological research]*, vol. 9, no. 48. p. 10. [Online]. Available at: <http://psystudy.ru> (assessed 29.07.2017). (In Russian)
- Idobaeva, O. A. (2013) *Psikhologo-pedagogicheskaya model' formirovaniya psikhologicheskogo blagopoluchiya lichnosti [The psychological and pedagogical model of the formation of psychological well-being of the individual]*. PHD thesis. М., 51 p. (In Russian)
- Izmerenie pokazatelei i postanovka tselevykh orientirov v oblasti blagopoluchiya: Initsiativa Evropeiskogo regional'nogo byuro VOZ [Measuring indicators and setting targets for well-being: WHO Regional Office for Europe initiative]* (2013). [Online]. Available at: http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0004/195511/e96732r.pdf (assessed 23.08.2019). (In Russian)
- Laktionova, E. B., Matyushina, M. G. (2018) Teoreticheskii analiz podkhodov k issledovaniyu problemy pozitivnogo funktsionirovaniya lichnosti: schast'e, psikhologicheskoe blagopoluchie, sub"ektivnoe blagopoluchie [Theoretical Analysis of the Scientific Approaches to Positive Human Functioning: Happiness, Psychological Well-Being, Subjective Well-Being].

- Izvestiya Irkutskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya «Psikhologiya» [Notes of the Irkutsk state university. Series: psychology], vol. 26, pp. 77–88. DOI: <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2018.26.77> (In Russian)*
- Meshcheryakova, I. A., Pogodina, E. N. (2010) Opyt psikhologicheskogo analiza konfliktov v studentcheskom obshchezhitii [The Experience of Psychological Analysis of Conflicts in a Student Dormitory]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya [Cultural-Historical Psychology]*, no. 3, pp. 29–38. (In Russian)
- Ozpolat, A. R., Isgor, I. S., Sezer, F. (2012) Investigating psychological well-being of university students according to lifestyles. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, vol. 47, pp. 256–262. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.648> (In English)
- Panyukova, Yu. G., Panina, E. N., Bolaeva, G. B. (2017) Problemy i perspektivy issledovaniya fenomena blagopoluchiya v Rossiiskoi psikhologii [Problems and prospects of studying the phenomenon of well-being in domestic psychology]. *Obshchestvo: sotsiologiya, psikhologiya, pedagogika [Society: sociology, psychology, pedagogy]*, vol. 12, pp. 58–62. DOI: <https://doi.org/10.24158/spp.2017.12.12> (In Russian)
- Sachkova, M. E., Timoshina, I. N., (2016) Psikhologicheskoe blagopoluchie v kontekste predstavlenii studentov o vysokom sotsial'nom statuse [Psychological well-being in the context of students' social representations about high social status]. *Vestnik RUDN. Seriya Psikhologiya i pedagogika [RUDN Journal of Psychology and Pedagogics]*, vol. 4, pp. 80–87. (In Russian)
- Siddiqui, S. (2015) Impact of Self-Efficacy on Psychological Well-Being among Undergraduate Students. *The International Journal of Indian Psychology*. Vol. 2 (3), pp. 6–17. (In English)
- Troshikhina, E. G., Manukyan, V. R. (2017) Trevozhnost' i ustoichivye emotsional'nye sostoyaniya v strukture psikhoemotsional'nogo blagopoluchiya [Anxiety and stable emotional states in the structure of psycho-emotional wellbeing]. *Vestnik SPbGU. Psikhologiya i pedagogika [Vestnik of Saint Petersburg University]. Psychology*, vol. 7, no. 3, pp. 211–223. (In Russian)